

d-inside

Informations professionnelles et spécialisées
de l'Association suisse des droguistes

Avril 2013

Décrocher un job: mode d'emploi

Le conseiller professionnel Sidroga® : les tisanes dispensées en pharmacie et droguerie

Edition 01/2013

Thérapie par les tisanes pour les maladies des voies urinaires



Un mal douloureux : l'infection urinaire

Ce qui la provoque et ce qui la favorise

Chaque année, de nombreux patients se rendent chez le médecin, la pharmacie ou à la droguerie en raison d'une inflammation des voies urinaires inférieures. Dans 90 % des cas, des bactéries venues des intestins, qui sont par exemple transportées par une infection de contamination dans les voies urinaires, sont les déclencheurs réels de cette maladie. Un système immunitaire affaibli augmente également la possibilité de tomber malade tout comme les différents rapports physiques entre l'homme et la femme. Etant donné que les tubes urinaires de la femme sont beaucoup plus courts que ceux de l'homme, les bactéries parviennent plus facilement à travers les voies urinaires jusqu'à la vessie. Elle a ainsi un risque beaucoup plus élevé de souffrir d'une infection urinaire (2:1). La proportion de patientes qui développent un mal chronique s'élève à 5-10 % des femmes. Elles souffrent plusieurs fois par an d'une infection urinaire.

[!] Symptômes clairs

Une infection des voies urinaires peut être détectée relativement facilement grâce aux symptômes suivants :

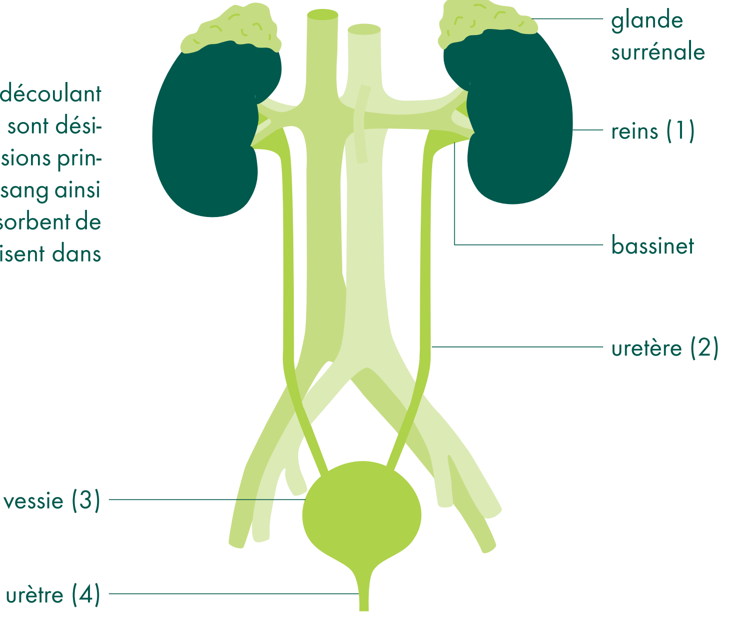
- besoin fréquent d'uriner
- miction fréquente en petites quantités
- brûlure désagréable au moment d'uriner

[!] Si ces symptômes surviennent, consultez immédiatement un médecin.

- urine plus trouble et sentant mauvais
- tension éventuelle dans le bas-ventre
- possibilité de présence de sang dans l'urine

Vue de l'intérieur

Les reins (1) et les voies urinaires correspondantes en découlant avec l'uretère (2), la vessie (3) et les tubes urinaires (4) sont désignés également sous le nom d'appareil urinaire. Les missions principales de ces organes est la filtration et le nettoyage du sang ainsi que l'accumulation et l'élimination de l'urine. Les reins résorbent de plus les sels minéraux essentiels à la vie et les reconduisent dans le système métabolique.



Premiers soins en cas d'infection urinaire : Tisane pour la vessie et les reins Sidroga®



2 en 1, désinfecte et rince !

Souvent, les infections urinaires sont traitées avec des antibiotiques. Les antibiotiques aident à éliminer rapidement les bactéries. Ils ne permettent pas seulement de guérir les douleurs correspondantes mais empêchent également que l'inflammation ne se répande dans les reins et que le pelvis rénal ne soit infecté.

Dès les premiers symptômes d'infections sans complication ou pour prévenir la tendance à l'infection ou aux calculs urinaires, les plantes médicinales représentant un concept de traitement précieux et qui fait ses preuves sur le plan diurétique.

Rincer – L'objectif de la thérapie diurétique est d'évacuer les germes déclencheurs d'infections du corps. En cas d'infection simple des voies urinaires inférieurs, la recommandation de traitement classique consiste ainsi en un apport de liquide de 2–3 litres par jour. Il est donc recommandé de consommer entre autres une tisane aux plantes diurétiques.

Désinfecter – Alors que le traitement diurétique influence passivement l'inflammation, la tisane aux plantes a un effet désinfectant grâce aux feuilles de raisin d'ours et réduit ainsi directement l'attaque bactérienne.

Premiers soins dès les premiers symptômes

La tisane diurétique Sidroga® peut prévenir une infection des voies urinaires. Avec sa recette composée de feuilles de bouleau, de cosses d'haricots, de feuilles d'ortie et de prêle, c'est une tisane diurétique au mélange efficace qui peut être utilisée dès les premiers symptômes, comme par example en cas d'irritations de la vessie et l'urètre. De plus, cette tisane prévient la formation de calculs des reins et de la vessie.



2 en 1

La tisane pour la vessie et les reins Sidroga® réunit les deux composants à l'aide d'une combinaison active spéciale de feuilles de raisin d'ours, de feuilles de bouleau, de feuilles d'orthosiphon pour les reins, de racine de livèche, de feuilles de menthe poivrée et de baies de genièvre. Selon la tradition, on prête à ces plantes des propriétés diurétiques et anti-inflammatoires les infections. La tisane est utilisée lors de douleurs et d'irritation dans la zone de la vessie et l'urètre avec besoin d'uriner et sensations de brûlure lors de la miction, ainsi qu'en traitement d'appoint lors d'inflammations de la vessie.

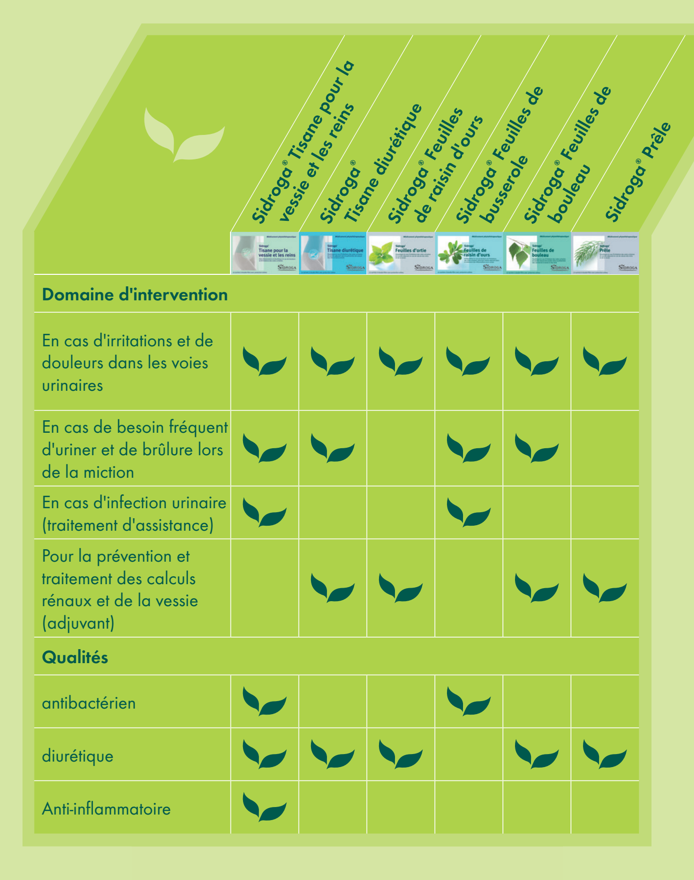


[!] Si les douleurs ne s'améliorent pas ou s'aggravent lors des trois premiers jours de traitement, il faut le mentionner lors de la consultation chez le médecin. Si une infection urinaire n'est pas rapidement soignée, il existe toujours un risque d'infection plus étendue.

La tabelle de recommandation Sidroga®

La tisane vous offre, en comparaison avec les autres formes de traitement, un apport de liquide supplémentaire. Les plantes médicinales sélectionnées aident à réduire les symptômes de la maladie et renforce les défenses internes.

La tabelle de recommandation Sidroga® vous aide à cibler au mieux les besoins du patient :



	Sidroga® Tisane pour la vessie et les reins	Sidroga® Tisane diurétique	Sidroga® Feuilles de raisin d'ours	Sidroga® Feuilles de busserole	Sidroga® Feuilles de bouleau	Sidroga® Prêle
Domaine d'intervention						
En cas d'irritations et de douleurs dans les voies urinaires	✓	✓	✓	✓	✓	✓
En cas de besoin fréquent d'uriner et de brûlure lors de la miction	✓	✓		✓	✓	
En cas d'infection urinaire (traitement d'assistance)	✓			✓		
Pour la prévention et traitement des calculs rénaux et de la vessie (adjuvant)		✓	✓		✓	✓
Qualités						
antibactérien	✓			✓		
diurétique	✓	✓	✓		✓	✓
Anti-inflammatoire	✓					

Facteur de réussite : le bon conseil pour le meilleur traitement au sein de votre pharmacie

Lors d'un traitement, quel qu'il soit, il est nécessaire de boire une grande quantité de liquide afin de rincer les organes concernés et éliminer les substances de l'organisme. Le conseil adéquat des tisanes Sidroga® est à la fois efficace tout en ayant une influence importante sur le chiffre d'affaire : selon les chiffres observés, un conseil sur deux se transforme en un achat – un bref coup d'oeil, par exemple, sur le nombre de vente d'antibiotiques, vous permet d'estimer l'impact que peut avoir le conseil d'une tisane sur vos statistiques.



- Effet désinfectant
- Elimine les bactéries
- Effet diurétique

Sidroga® Tisane pour la vessie et les reins : Agents : Feuilles de raisin d'ours, feuilles de bouleau, feuilles d'orthosiphon, racines de livèche, feuilles de menthe poivrée et baies de genièvre. **Indication :** En cas de douleurs et d'irritations de la vessie et de l'urètre avec besoin d'uriner et sensations de brûlure lors de la miction, ainsi qu'en traitement d'appoint lors d' inflammations de la vessie. **Posologie :** A boire, 5 fois par jour 1ou 2 sachets. **Restriction de l´usage :** En cas d´hypersensibilité connue à l´un des constituants. Elle ne devrait pas être utilisée plus de 1 à 2 semaines sans consulter un médecin et elle ne devrait pas être administrée à des enfants en bas âge. **Effets indésirables :** Rarement des nausées et des vomissements, en particulier chez les personnes à l'estomac sensible. **Catégorie de remise :** D. **Informations détaillées :** www.swissmedicinfo.ch
Dernière mise à jour : Septembre 2010.

Sidroga® Tisane diurétique : Agents : feuilles de bouleau, cosses de haricot, feuilles d´ortie, herbe de prêle. Indication : Diurétique en cas d´irritations des voies urinaires, prévient la formation des calculs urinaires et rénaux. **Posologie :** À boire, 3 à 4 fois par jour deux sachets. **Restriction de l´usage :** En cas d´hypersensibilité connue à l´un des constituants. **Catégorie de remise :** D. **Informations détaillées :** www.swissmedicinfo.ch
Dernière mise à jour : Septembre 2010.

Sidroga® Feuilles d'ortie : Agent : Feuilles d'ortie. **Indication :** En cas d'irritation de la vessie et de l'urètre avec envie fréquente d'uriner et sensations de brûlure lors de la miction et comme adjuvant en cas de calculs des reins et de la vessie. **Posologie :** A boire, 3 à 5 fois par jour 1 tasse. **Restriction de l´usage :** En cas d´hypersensibilité connue à l'ortie. **Catégorie de remise :** D. **Informations détaillées :** www.swissmedicinfo.ch
Dernière mise à jour : Avril 2010.

Sidroga® Feuilles de raisin d'ours : Agent : Feuilles de raisin d'ours. **Indication :** En cas de douleur de la vessie et de l'urètre avec envie fréquente d'uriner et sensations de brûlure lors de la miction et comme adjuvant dans le traitement des inflammations de la vessie. **Posologie :** A boire, jusqu'à 3 fois par jour 1 tasse. **Restriction de l´usage :** En cas d´hypersensibilité connue au raisin d'ours. Elle ne doit pas être utilisée par des personnes à l'estomac sensible ni par les enfants. **Effets indésirables :** Occasionnellement, en particulier chez des personnes à l'estomac sensible, des nausée et des vomissements. **Catégorie de remise :** D. **Informations détaillées :** www.swissmedicinfo.ch
Dernière mise à jour : Septembre 2010

Sidroga® Feuilles de bouleau : Agent : Feuilles de bouleau. **Indication :** En cas d'irritation de la vessie et de l'urètre avec envie pressante d'uriner et sensations de brûlure lors de la miction ainsi que comme mesure de soutien dans la prévention des calculs de la vessie et des reins. **Posologie :** A boire, plusieurs fois par jour 1 tasse. **Restriction de l´usage :** En cas d´hypersensibilité connue au bouleau. **Catégorie de remise :** D. **Informations détaillées :** www.swissmedicinfo.ch
Dernière mise à jour : Septembre 2010.

Sidroga® Prêle : Agent : Prêle **Indication :** En cas d'irritations de la vessie et de l'urètre avec envie fréquente d'uriner et sensations de brûlure lors de la miction et comme adjuvant en cas de calculs des reins et de la vessie. **Posologie :** A boire, 3 fois par jour 1 tasse. **Restriction de l´usage :** En cas d´hypersensibilité connue à la prêle. **Catégorie de remise :** D. **Informations détaillées :** www.swissmedicinfo.ch
Dernière mise à jour : Septembre 2010.

Vous avez des questions concernant nos produits ?

Votre contact direct du service interne : Tel.: 061/8750075 ou par e-mail : kundendienst@sidroga.com
Sidroga AG, 4310 Rheinfelden
www.sidroga.ch

Créer ses propres cartes postales

Grâce au PostCard Creator de la Poste Suisse, il est très simple de créer des publipostages par carte postale. Les membres de l'Association suisse des droguistes apprécient aussi cet outil en ligne convivial. Vous continuerez à profiter en 2013 d'un rabais spécial.

Faire de la publicité et soigner sa clientèle sont aujourd'hui indispensables pour préserver son succès à long terme. Il est donc important d'attirer l'attention de ses clients sur les actions, les nouvelles lignes de produits ou les semaines spéciales ou de leur faire part de notre gratitude au moyen de bons cadeaux.

Support publicitaire sympathique

Les cartes postales transmettent des messages de manière sympathique et personnelle. Le destinataire remarque rapidement si une offre est intéressante ou non.



En août 2012, la droguerie Welldro SA à Coire a informé ses clients via cartes postales du changement à sa direction.

15 % environ des clients ont utilisé le bon de fidélité intégré et sont allés chercher leur cadeau-surprise dans leur droguerie.

Les cartes postales n'apportent pas seulement des messages mais suscitent aussi des réactions. Ainsi, il est possible d'y intégrer des bons ou des éléments de réponse que les clients peuvent envoyer ou échanger directement dans la droguerie.

Utilisation simple

Grâce au PostCard Creator, il est très facile de réaliser des cartes postales et d'ainsi rester en contact avec ses clients. L'utilisateur choisit simplement le format souhaité, charge des images et des textes et les insère à l'endroit désiré.

Le reste est une affaire de forme: télécharger les adresses, choisir le mode d'expédition et produire un publipostage par un clic avant de les faire envoyer. Ces cartes de grande qualité seront en quelques jours déjà chez leurs destinataires.

Apprécié par les membres de l'ASD

Le PostCard Creator est avant tout apprécié par les PME. Elles n'ont souvent pas beaucoup de temps à accorder à la production de supports publicitaires, n'emploient pas de publicitaires et ne travaillent pas avec une agence de publicité. Ainsi, de nombreux membres de l'Association suisse des droguistes utilisent cet outil pratique.

Des nouveautés utiles

Grâce au processus de fabrication sans intermédiaire, les utilisateurs de l'outil profitent de délais de production courts et de prix avantageux. En outre, le changement de nom récent de DirectFactory en PostCard Creator s'est accompagné de quelques nouveautés intéressantes:

- La quantité minimale à commander est supprimée, il est dès à présent possible de ne produire qu'une seule carte.
- Les commandes effectuées avant 14 heures peuvent être envoyées le jour même moyennant supplément.
- La production de flyers – une autre option de cet outil – est devenue meilleur marché.

Rabais spécial pour les membres de l'ASD

En tant que membre de l'ASD, vous profitez d'un partenariat avec la Poste Suisse. Vous bénéficiez de:

- 5 % de rabais sur les tarifs de production des publipostages que vous réalisez avec le PostCard Creator (tous les membres de l'ASD ont reçu le code action pour les publipostages par la poste)



www.post.ch/postcardcreator

Vos clients trouveront également des informations passionnantes sur des thèmes en lien avec la santé sur: **www.vitagate.ch**

Impressum d-inside

Organe officiel de l'Association suisse des droguistes, case postale 3516, 2500 Bienne 3; *info@drogistenverband.ch*, *www.drogerie.ch*

direction: Martin Bangerter; *rédacteur en chef:* Heinrich Gasser (hrg); *rédactrice en chef adjointe:* Nadja Mühlemann (nm); *traduction:* Claudia Spätig, Daphné Grekos, Laurence Strasser, Marie-Noëlle Hofmann; *annonces:* Heinrich Gasser (ad interim), *inserate@drogistenverband.ch*; *conseils spécialisés:* Julia Burgener (service scientifique), Andrea Ullius (droguiste ES); *mise en page:* Odette Montandon *Couverture: panthermedia.com*

Abonnements: Antonella Schilirò, téléphone 032 328 50 30, *a.schiliro@drogistenverband.ch*; ISSN 1662-338X; Fr. 75.–/an, 2e abonnement Fr. 56.–, plus 2,5 % TVA.



d-inside est le média d'«Employés Droguistes Suisse» Bureau et conseil juridique

Regula Steinemann, Gerbergasse 26, case postale 644, 4001 Bâle, téléphone 061 261 45 45; caissier et administration des membres: Reto Karich; www.drogisten.org, info@drogisten.org



Nous sommes donateurs de l'ASD et de l'ESD



Nouveautés de printemps

Sans attendre le joli mois de mai, nous vous présentons dès maintenant les nouveautés de printemps, dans cette édition de *d-inside!*

A la recherche d'un nouveau défi professionnel? Dans notre article de couverture «Candidats potentiels: exposez vos talents au grand jour», des experts vous livrent toutes les clés pour un entretien d'embauche réussi, en page 8. Ces conseils vous permettront de vous présenter avec suffisamment d'assurance et de mettre en valeur vos atouts.

L'entreprise Spagyros SA a développé un procédé de fabrication unique qui s'appuie sur les connaissances des anciens alchimistes. **La nouvelle génération des essences spagyriques** vient d'être lancée. Jetez un œil dans les coulisses de la fabrication, page 16.

Chaque année, les médias imprimés sont «notés», à l'occasion de la **publication des nouveaux chiffres REMP.** Quel est l'objectif d'un tel certificat? Roland Achermann, responsable de la certification des tirages auprès de la REMP, s'est déjà chargé personnellement de la certification de la *Tribune du droguiste* – il nous explique son importance, en page 12.

Le nouveau module de cours électronique traite des «douleurs». La plate-forme de formation *DrogoBrain* (en allemand) vous permet de vous perfectionner où et quand vous le souhaitez. Inscrivez-vous dès maintenant, en page 19.

Profitez de ces nouveautés et savourez le printemps hors des sentiers battus!

Nadja Mühlemann, rédactrice


panthermedia.com

Hallux valgus, talon d'Achille

La déviation du gros orteil appelée Hallux valgus touche jusqu'à 20 % de la population. 80 % sont des femmes. Peut-on incriminer les chaussures à talons?

Pour les personnes qui souffrent d'un Hallux valgus (communément appelé «oignon»), le port des chaussures devient un vrai calvaire, chaque pas un supplice. Les causes de cette déformation sont multiples. Chausser des escarpins trop étroits peut être un facteur de risque. Certaines prédispositions génétiques ou une affection rhumatologique peuvent aussi en être à l'origine. Une proéminence légère constitue souvent un simple problème esthétique. Mais lorsqu'elle s'aggrave, elle entraîne souvent une inflammation de l'articulation. La droguerie propose des pansements protecteurs et des orthèses correctives. Une intervention chirurgicale devient indispensable quand il n'est plus possible de limiter ou corriger la déformation du gros orteil et de soulager les douleurs articulaires. A ce stade aigu, le deuxième orteil est comprimé par le gros orteil et les chaussures pressent douloureusement sur la tête de l'articulation. Il devient difficile de dérouler correctement le pied, ce qui provoque également des douleurs plantaires. Dans les cas extrêmes, l'Hallux valgus peut dégénérer en arthrose, une usure articulaire irréversible. *red.*

Probiotiques en usage externe contre l'acné

Des chercheurs américains travaillent actuellement à un traitement probiotique contre l'acné. Si certaines souches de la bactérie Propionibacterium acnes semblent néfastes, l'une d'entre elles posséderait en revanche un mécanisme naturel de défense et pourrait donc être utilisée dans des crèmes de soins.
J Invest Dermatol

Stratégie appliquée de publicité crossmédia

YouMedical et ebi-vital sont parvenus à combiner de manière exemplaire tous les médias pour la publicité de Spotner Agespot Pen, Footner Exfoliating Socks et Nailner Repair, afin d'obtenir l'impact le plus large possible à la fois dans le public et dans le canal spécialisé de la droguerie: en mars et avril, des spots TV seront diffusés sur SRF/RTS et les fenêtres publicitaires suisses des chaînes privées. Cette campagne TV sera renforcée par des annonces dans les médias imprimés et la diffusion des spots sur certains sites Internet, comme *vitagate.ch*. Les retombées des campagnes publicitaires profitant surtout aux commerces qui mettent les produits bien en évidence (2e point de vente, vitrine, etc.), les drogueries seront informées en préambule à la campagne, non seulement via Direct-Mail, mais aussi via *d-mail,* avec un lien direct vers le spot publicitaire.

Le manque de sommeil perturbe les gènes

Manquer de sommeil pendant seulement une semaine suffirait à altérer le fonctionnement de centaines de gènes. Des chercheurs britanniques ont évalué les effets du manque de sommeil sur des volontaires. Résultat: les nuits trop courtes ont perturbé l'expression de plus de 700 gènes – 444 gènes ont vu leur activité augmenter, 267 au contraire diminuer. Les gènes dont l'activité s'était accrue étaient pour beaucoup impliqués dans la régulation du métabolisme, les processus inflammatoires ou encore la production de stress oxydant. *Möller-Levet CS, et al. Proc Natl Acad Sci 2013*

Tuyaux en ligne


panthermedia.com

Baromètre des prix en Suisse
Les consommateurs suisses peuvent désormais comparer les prix des articles de marque en Suisse et à l'étranger. Le Bureau fédéral de la consommation (BFC) a créé un portail qui répertorie les prix dans différents pays afin d'améliorer la transparence des prix.
barometre des prix

Liste de rappels pour les achats en ligne
Le portail «GlobalRecalls» de l'OCDE recense les rappels de produits publiés dans le monde entier, sur une plateforme régulièrement actualisée. Elle permet aux consommateurs de s'assurer que le produit qu'ils convoitent n'a pas déjà posé un problème de sécurité – une précaution particulièrement utile lorsque l'on achète en ligne à l'étranger.
GlobalRecalls

Conduite à risques
La plate-forme de recherche de médicaments mymedi.ch, basée sur les publications officielles de Swissmedic, permet désormais de découvrir en un clin d'œil quels médicaments présentent un risque pour les personnes au volant. Quelque 3500 médicaments sont désormais recensés avec la mention «Risk».
www.mymedi.ch red.

Accidentés en surpoids: risque de décès accru

Les personnes en surpoids ont un plus grand risque de mourir des conséquences d'un accident que les personnes ayant un poids corporel sain. C'est ce qui ressort d'une analyse américaine sur plus de 57 000 accidents survenus sur douze ans. *Rice TM, Zhu M. Emerg Med J doi: 10.1136/emermed-2012-201859*

Substituts à la viande plus gras

Les substituts végétaux tels que burgers, saucisses et autres escalopes sans viande contiennent souvent davantage de graisses que la viande elle-même, et pourtant ils sont souvent présentés dans le commerce comme des aliments sains et peu gras. C'est ce qui ressort d'un test réalisé par l'émission «A Bon Entendeur» en collaboration avec son pendant alémanique «Kassensturz». *Termin reservieren*

Nouveaux composants dangereux dans l'ecstasy

En hiver, les adeptes des soirées «rave» et autres fêtes de masse consomment moins d'ecstasy. Mais à l'approche de la saison des festivals, la consommation augmente. Streetwork Zurich et l'organisation Eve & Rave mettent en garde contre des comprimés de MDMA fortement concentrés en circulation depuis peu. Certaines pilules contiendraient également des composants inhabituels, comme le TFMPP dont on connaît encore peu les effets. Cette substance agirait plus lentement mais ses effets seraient cumulatifs. Ils pourraient ainsi entraîner des intoxications induisant une détresse respiratoire mortelle. *red.*



Forum de formation 2013

La branche de la droguerie se retrouvera du **22 au 25 septembre 2013** à l'Ecole supérieure de droguerie (ESD) pour son Forum de formation annuel. Le sujet de cette année porte sur les «Messagers de l'organisme».
Informations détaillées dans l'édition 07-08/2013.

L'UE bannit les tests sur les animaux

La dernière étape prévue dans l'élimination progressive de l'expérimentation animale pour les produits cosmétiques commercialisés dans l'Union a pris fin le 11 mars 2013. Désormais, les cosmétiques ayant fait l'objet de tests sur les animaux ne peuvent plus être mis sur le marché dans l'Union Européenne (UE). La recherche de méthodes de substitution à l'expérimentation animale se poursuivra, car le remplacement total des essais sur les animaux par d'autres méthodes n'est pas encore possible. La Commission fera de cette question l'une des priorités de l'Union dans le domaine des échanges commerciaux et de la coopération internationale. *notre-planete.info*

ESD: invitation à la fête

L'école supérieure de droguerie (ESD) à Neuchâtel invite tous les étudiants anciens et actuels à une fête en l'honneur de Myriam et Jean-Claude Mascle, le 28 juin 2013 dès 18h. Ces fidèles concierges prennent une retraite bien méritée après 24 ans de bons et loyaux services. Inscription indispensable, veuillez utiliser le talon en page 25.

Davantage de cas de coqueluche

Le nombre de cas de coqueluche a presque doublé l'an dernier. Sur les 7400 cas annoncés, un grand nombre touchait des enfants et des adolescents. Dans le cadre de l'évaluation annuelle des vaccinations recommandées et en raison de la forte hausse des cas de coqueluche, l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) et la Commission fédérale pour les vaccinations (CFV) ont adapté les recommandations de vaccination contre la coqueluche en conséquence. *OFSP*

Branchen Versicherung
Assurance des métiers
Assicurazione dei mestieri



Invitation

Nous convions nos membres à la

111e assemblée générale

de la Coopérative des Assurances-Bouchers.

Mercredi 8 mai 2013, restaurant Lake Side, Zurich

Programme

11 h	Assemblée générale
12 h env.	Fin
Un repas léger suivra	

Les membres avec droit de vote reçoivent une invitation personnelle. **Il y aura une traduction simultanée.**

Assurance des métiers Suisse
Irisstrasse 9, case postale, CH-8032 Zurich
T 044 267 61 61
www.assurancedesmetiers.ch

Assurance des métiers Suisse est une marque de la Coopérative des Assurances-Bouchers.

La classe politique à la rencontre de la droguerie

Le 13 mars 2013, l'Association suisse des droguistes recevait les représentants aux Chambres pour son neuvième «apéro de la droguerie», à la droguerie Dropa Burri à Berne. L'occasion de soigner les liens et de discuter de manière informelle entre la classe politique et le monde de la droguerie.

Malgré la session parlementaire en cours et un agenda politique chargé, les représentants du Conseil National et des Etats sont venus nombreux à l'apéro politique à la Droguerie Dropa Burri, Waisenhausplatz 14, non loin de la Coupole. Les élus intéressés par les thèmes de la politique de la santé ont écouté avec attention le point du vue de la branche de la droguerie sur la révision de la Loi sur les produits thérapeutiques (LPTh) durant la partie officielle de cet événement. **Martin Bangerter** et **Elisabeth Huber** ont exposé les préoccupations des droguistes dans les différents domaines touchés par la révision avec clarté et concision, à l'aide de quelques présentations succinctes. Martin Bangerter (président central) a ainsi expliqué les défis posés par la deuxième étape de la révision en cours: «La liste préjudiciable des médicaments censés passer de la catégorie de remise C à la catégorie de remise B est inopportune.» Cette proposition va à l'encontre des intentions du Parlement et empiète inutilement sur le travail de Swissmedic. Un groupe de travail devrait être chargé de décider dans quelle catégorie classer chaque médicament. Il devrait être composé de représentants de toutes les associations concernées par les adaptations des droits de remise et de classification. Elisabeth Huber (membre de la direction et responsable «Branche et Politique») a précisé: «Afin que les droguistes puissent assurer la sécurité des patients dans le cadre de leurs compétences de remise, l'ASD demande qu'ils disposent aussi d'un accès gratuit et illimité aux informations spécialisées concernant tous les médicaments.» Cette possibilité n'est actuellement pas prévue dans le message.

Echanges animés autour du buffet

Après cette partie officielle, la rencontre s'est poursuivie autour d'un buffet proposant un curry asiatique et un choix de vins assortis, préparés par le traiteur Urs Ruprecht: les élus politiques, issus de presque tous les groupes parlementaires, ont discuté avec beaucoup d'intérêt des questions de politique de la santé et des affaires courantes du Parlement avec les représentants de l'ASD. Le Conseiller national et membre d'honneur de l'ASD **Jürg Stahl** s'est efforcé lui aussi à cette occasion d'attirer l'attention de ses collègues sur l'importance de cette révision d'envergure pour les droguistes. Le président central Martin Bangerter et **Fred Burri,** propriétaire de la droguerie qui a accueilli les convives, s'accordent sur le succès de la manifestation: «L'apéro politique contribue grandement à sensibiliser les représentants politiques à titre personnel aux préoccupations de la droguerie.»

Nadja Mühlemann /trad. ls

Dernier apéro à la droguerie de la Waisenhausplatz

Le 10e apéro de la droguerie ne se déroulera plus à la droguerie Dropa Burri en 2014. Fred Burri, propriétaire de la droguerie située à la Waisenhausplatz 14, fermera les portes de son magasin à la mi-mars, après 25 ans d'activité. Cette adresse située au cœur de Berne sous les arcades abritait une droguerie depuis pas moins de 125 ans. Fred Burri travaillera désormais avec son équipe auprès des pharmacies-drogueries Dr Bähler SA. Le centre ville bernois connaît un développement fulgurant qui attire les grandes chaînes commerciales et entraîne une flambée des prix dramatique. Les commerçants implantés de longue date ne peuvent plus renouveler leurs contrats de bail, devenus trop chers.



1. Yvonne Gilli (CN, Les Verts) a étudié la médecine et s'est formée à l'homéopathie et à la médecine chinoise.

2. Toni Bortoluzzi (CN, UDC) est l'un des plus anciens politiciens œuvrant dans le domaine de la santé au Parlement.

3. Membre de la Commission de la sécurité sociale et de la santé publique (CSSS): Ruth Humbel (CN, UDC).

4. Bernhard Kunz et Isabella Mosca (comité central) et Andrea Ullius (développement de la branche) (de g. à dr.)

5. Kathrin Burri, Max Binder (CN, UDC), Fred Burri, propriétaire de la droguerie, et Bernhard Kunz, vice-président du comité central (de g. à dr.)

6. Fred Burri, propriétaire de la droguerie qui accueillait traditionnellement l'apéro politique et qui fermera ses portes après 25 ans d'activité, a pris définitivement congé de ses hôtes.

7. Martin Bangerter a fait le point sur les préoccupations de la branche liées à la révision de la loi sur les produits thérapeutiques.

8. Jürg Stahl, droguiste et Conseiller national (UDC), en conversation avec son collègue de parti Hansjörg Walter (ancien président du Conseil national)

9. Un curry bien relevé a fait la joie des invités.

Corinne Futterlieb

Exposez vos talents au grand jour!

Qualités hors du commun, facultés extraordinaires et personnalité: autant de valeurs sûres sur le marché du travail. Au cours du processus de sélection, l'individualité du candidat fait souvent la différence.

«Connais-toi toi-même.» Cette inscription qui se trouvait autrefois sur le fronton du temple d'Apollon, à Delphes, n'a en rien perdu de son bien-fondé, lorsqu'il s'agit d'entrer et de progresser dans la vie professionnelle. Pour mener une vie professionnelle accomplie, il faut avoir réfléchi à ses objectifs et à ses souhaits personnels – même si l'on est un jeune adulte, d'après les experts. Pour leurs projets les plus exigeants, les entreprises recherchent des spécialistes et des cadres capables de faire avancer les choses en utilisant également leurs compétences dites sociales.
Nombreux sont les jeunes gens qui, après avoir réussi une formation supérieure, débarquent sur le marché du travail en considérant la recherche d'une place comme un processus doté de règles et de structures claires, comme s'il s'agissait de réussir un nouvel examen.
Hans Ruppanner, spécialiste de la branche et propriétaire de l'entreprise de consulting «move and win», connaît bien les pièges liés au processus de candidature. En janvier dernier, il est intervenu lors du séminaire sur les candidatures organisé par l'Ecole supérieure de droguerie (ESD) et en a profité pour déterminer les différents points clés en matière de recrutement.
D'ordinaire, en matière de lettre de motivation, on distingue souvent les points «à faire» et ceux «à ne pas faire». Un bon dossier de candidature requiert certainement beaucoup de travail. Nombreux sont ceux qui accordent une grande attention à la présentation, afin d'attirer le regard pendant la sélection des dossiers. Pour être sélectionné, il faut un dossier bien clair et ordonné, un curriculum vitae au format antéchronologique, ainsi qu'une lettre de motivation «bien sentie». D'après Hans Ruppaner, une lettre de motivation doit mentionner les premiers succès professionnels du candidat: «En écrivant ‹j'ai réussi à convaincre le chef d'installer un coin bébé dans la droguerie, ce qui a eu des répercussions positives sur le chiffre d'affaires›, le candidat passera sans problème le cap de la présélection.»

Deuxième étape: l'épreuve du feu

La deuxième étape du processus de sélection demande beaucoup de préparation. «Certaines personnes ont tendance à sous-estimer le côté décisif d'un entretien d'embauche», explique Hans Ruppanner. Les employeurs sont à la recherche d'un profil spécifique capable de gérer au

Postes de travail: chercher/offrir

Série d'articles en deux parties dans *d-inside*
1re partie en avril › **Améliorer les chances des candidats**
2e partie en mai › **Les qualités d'un employeur attractif**

Un travail en droguerie? *www.d-flash.ch* (annonces) et dans ce numéro en page 29.



Postulation: l'offre de services doit permettre au candidat de vendre au mieux ses qualités.

panthermedia.com

mieux une tâche grâce au bagage qui lui est propre. Les jeunes gens ayant tout juste terminé leurs études présentent certes le désavantage de manquer d'expérience et peuvent avoir de la peine à répondre à certaines questions, en comparaison avec les candidats plus âgés. Mais l'entourage des jeunes (parents, amis, etc.) peut toujours les soutenir et les aider à mettre en valeur leurs points forts et leurs préférences professionnelles.
Hans Ruppanner reconnaît que les étudiants sortant de l'ESD disposent d'une bonne base. La solidité de leur formation leur offre de bonnes chances professionnelles, que ce soit pour une fonction dirigeante en droguerie ou dans le secteur vente et marketing de l'industrie pharmaceutique. Mais, très souvent, la concurrence est rude pour les places les plus convoitées. Hans Ruppanner recommande donc de créer ses réseaux pendant ses études, par exemple en fréquentant des congrès et autres foires spécialisées.

Mettre les compétences sociales en avant

«Les connaissances sont une chose, mais les capacités d'apprentissage et les facultés d'évoluer en équipe sont tout aussi importantes», déclare **Maurus Strässle,** Head of Sales et Key Account Management auprès de Spirig Pharma SA Suisse. Par exemple, la tenue choisie par un candidat à l'entretien d'embauche montre comment il s'habillera à l'avenir pour un entretien avec la clientèle. Une attitude dénotant des compétences sociales n'est pas quelque chose de creux, mais vise à associer les actes aux objectifs d'un groupe, d'un département ou de toute une entreprise. Maurus Strässle souligne qu'il est important d'être honnête envers soi-même; à ses yeux, nul besoin d'avoir des vues carriéristes, car on peut très bien vouloir rester au même poste des années durant et remplir ses fonctions du mieux possible. Il peut aussi très bien comprendre que des jeunes gens aient comme objectif d'effectuer un long voyage. Cela dit, les candidats devraient aussi mentionner qu'ils sont prêts à s'engager à long terme dans leur travail: notamment dans les drogueries, le personnel doit être très attentif au contact avec la clientèle. «S'il ne prend pas la peine d'entretenir les contacts, un droguiste n'ira pas bien loin», résume Maurus Strässle.
Avant l'entretien d'embauche, Hans Ruppanner conseille d'aller glaner des informations sur l'environnement commercial et l'actualité de l'entreprise pour laquelle on souhaite travailler. Une personne qui est déjà employée par cette société peut fournir des renseignements précieux sur la culture et les valeurs propres à l'entreprise. «Un candidat qui note les questions qui n'ont pas trouvé de réponse, ça fait bonne impression», observe Maurus Strässle. L'entretien d'embauche et la procédure de recherche du candidat doivent profiter aussi bien au candidat lui-même qu'à l'employeur.

Gérer les réponses négatives

Sur le marché du travail, les offres sont nombreuses pour les personnes au bénéfice d'une formation et les réponses


panthermedia.com

L'entretien d'embauche doit être préparé avec soin: la confiance en soi augmente les chances d'un candidat.

négatives font partie du processus. A la tête de la société de distribution Optima Medical Distribution, **Donat Baur** décrit bien le chemin qui mène dans le monde du travail: «Les échelles ne montent pas seulement en hauteur. En matière professionnelle, je préfère parler des montagnes russes.» Lors du séminaire de l'ESD, il a parlé ouvertement du «grand huit» qui peut caractériser la vie professionnelle: dans sa jeunesse, un droguiste peut commencer par un emploi de maître nageur pendant un été, puis devenir homéopathe indépendant, avant de finir dans le marketing pour le compte d'un groupement de drogueries. Ce n'est pas la variété des activités qui importe, mais la volonté de toujours apprendre quelque chose de nouveau. «Tous les trois ans, il faut agir pour le bien de nos cellules grises», se plaît-il à répéter. Une devise que Donat Baur a pu mettre en pratique en suivant des formations dans différents domaines. Cela dit, lors de la sélection d'un candidat, il admet viser avant tout la continuité et la persévérance dans la poursuite d'un objectif. «Un parcours inconstant ou chaotique nécessite tout du moins une explication lors de l'entretien», déclare Donat Baur. Pour être heureux dans sa vie professionnelle, il faut trouver le juste milieu entre ce que l'on sait faire, ce que l'on aime faire et la récompense (salaire) qui va avec. Pour lui, si l'on dit à un candidat de «travailler ses points faibles», cela équivaut à une réponse négative. Les éléments du caractère peuvent aussi bien être considérés comme négatifs que positifs. Tout point faible peut se développer en point fort, pour autant qu'il serve de stimulant et que la personne en ait pleinement conscience.

Manuel Fischer /trad: dg

Entretien d'embauche: conseils d'experts

Préparation de l'entretien

- Se lancer dans une auto-analyse: que suis-je capable de faire, qui suis-je, vers quoi souhaiterais-je me diriger?
- Rassembler des informations sur l'entreprise et son marché.
- Bien dormir et ne pas choisir sa tenue à la va-vite.
- Etre ponctuel au rendez-vous.

Pendant l'entretien

- Rester soi-même, ne pas jouer un rôle.
- Bien retenir les noms des différents interlocuteurs.
- Répondre aux questions avec précision et le plus brièvement possible.
- Si quelque chose n'est pas clair, ne pas hésiter à demander des précisions ciblées.
- Rester en contact visuel avec les différents interlocuteurs.
- Ne pas se laisser déconcerter par des questions provocantes.

Futurs candidats: les bienfaits d'un séminaire

Pour la troisième année d'affilée, un séminaire d'une journée consacré aux candidatures s'est déroulé le 24 janvier 2013, à l'Ecole supérieure de droguerie (ESD) de Neuchâtel. Outre les intervenants externes annoncés au programme, des experts internes à la branche ont aussi participé à cette journée. Ainsi, **Martin Bangerter** a fait part de ses expériences en matière de recrutement en sa qualité de président de l'Association suisse des droguistes.
Le directeur de l'ESD **Beat Günther** a même montré le dossier avec lequel il s'était présenté pour son poste actuel. Les étudiants ont passé une journée intéressante et précieuse pour leur avenir, à en croire les réactions qui ont suivi.

Au vu de son succès qui ne se dément pas au fil des ans, le séminaire sera reconduit; le prochain est déjà prévu pour le 23 janvier 2014.

Des tirages élevés attirent les annonceurs

Le tirage des magazines et des journaux est largement déterminé par leur valeur sur le marché de la publicité. La REMP, Recherches et étude de médias publicitaires SA, s'assure que tous les médias imprimés saisissent leurs chiffres de tirage selon des critères identiques. Elle contrôle également régulièrement le tirage de la *Tribune du droguiste.*

Cas de figure: un fabricant de médicaments a développé un nouveau produit et souhaite en faire une publicité la plus efficace possible dans un journal. Avant d'investir de l'argent pour une annonce, il souhaitera bien entendu avoir certaines réponses: quel est le nombre d'exemplaires vendus pour ce journal? Existe-il une autre publication permettant d'atteindre un plus grand nombre de lecteurs? Sur le marché publicitaire, le tirage constitue par conséquent une valeur clé. Il révèle le nombre d'exemplaires effectivement vendus et distribués. Ce nombre est calculé par le journal lui-même. A la *Tribune du droguiste*, c'est **Nadine Leuenberger,** assistante des ventes, qui s'en charge: «Nous calculons le tirage chaque mois avant l'impression du journal. Nous comptons donc tous les exemplaires qui seront réellement distribués.» Ce chiffre peut varier d'un mois à l'autre, car il tient compte des exemplaires envoyés aux drogueries et aux ménages affiliés, des abonnements, mais aussi des journaux distribués notamment lors de foires ou à d'autres occasions particulières. L'Association suisse des droguistes, en tant qu'éditrice, peut ainsi fournir un ordre de grandeur annuel moyen aux partenaires du secteur publicitaire. En 2012, le tirage mensuel moyen était de quelque 250 000 exemplaires.


sVg

«A partir d'un certain tirage, la certification est incontournable.»

Daniel Crespo, Head of Print Buying chez Omnicom Media Group

Critères de calcul fiables

Les chiffres du tirage permettent aux annonceurs de comparer les médias entre eux. Les publicités publiées dans des magazines à fort tirage atteignent ainsi une plus forte audience. Encore faut-il que les médias en question calculent leurs chiffres selon les mêmes critères. C'est ici qu'intervient la REMP, Recherches et étude de médias publicitaires SA. La REMP contrôle et certifie les chiffres fournis par les médias qui paraissent régulièrement, du quotidien au magazine spécialisé: 1650 titres en tout par année pour toute la Suisse. **Roland Achermann,** responsable de la certification des tirages auprès de la REMP, explique le rôle particulier de cette entreprise d'études dans la branche des médias.

Roland Achermann, qu'est-ce que la REMP exactement?
Roland Achermann: la REMP est une organisation de recherches de la branche indépendante et neutre. Nous relevons les chiffres pour le marché des médias et de la publicité selon des critères communs à tous les titres. Nous livrons aux éditeurs des données fiables et comparables sur le tirage et le nombre de lecteurs de leurs publications, qui sont des arguments pour la vente d'annonces. La branche publicitaire peut alors planifier le placement de ses annonces sur la base de nos chiffres. Nous donnons également des chiffres et des indications sur le groupe cible d'un média.
Le tirage d'un média imprimé constitue une valeur clé sur le marché publicitaire. La REMP contrôle les chiffres fournis par les éditeurs eux-mêmes et les certifie. Comment procède-t-elle?
Nous effectuons des contrôles sur place. Nous vérifions si les justificatifs d'impression et d'envoi correspondent à la déclaration et si les recettes perçues à travers les abonnements et la vente sont plausibles. De façon générale, la règle qui prévaut est la suivante: chaque exemplaire déclaré doit disposer d'une preuve justificative pour pouvoir être compté dans le tirage.
Chaque média souhaite bien sûr pouvoir attester d'un tirage le plus élevé possible envers les annonceurs. N'utilise-t-on pas parfois des ruses pour gonfler les chiffres?
Notre règlement est très strict, il ne laisse aucune marge de manœuvre pour biaiser les chiffres. On constate tout au plus des irrégularités quand un nouveau collaborateur commet une erreur dans la saisie informatique des chiffres, par exemple. Lorsque nous remarquons de telles erreurs au cours de nos contrôles, nous les corrigeons bien sûr aussitôt.
Vous avez vous-même déjà procédé à la certification du tirage de la Tribune du droguiste. Avez-vous eu des manquements à déplorer?
Je m'en souviens, c'était en 2006, je crois. Pour autant que je m'en souvienne, les documents concernant la *Tribune du droguiste* étaient parfaitement préparés et le contrôle a pu s'effectuer très rapidement.
Outre le tirage certifié, il y a d'autres valeurs intéressantes à considérer pour le placement publicitaire. La REMP calcule notamment le nombre de lecteurs atteints par un journal ou un magazine. Comment obtient-elle ce chiffre?
Cette valeur est une référence appelée «lecteurs par édition», ou «pénétration LpE». Je tiens à souligner qu'il faut distinguer entre la pénétration LpE et le tirage. Alors que le tirage indique le nombre d'exemplaires distribués, la valeur LpE dénombre les lecteurs d'un journal. Elle est calculée sur la base d'une enquête de marché auprès des lecteurs, avec quelque 23 500 sondages par an. Selon cette enquête, la *Tribune du droguiste* a atteint l'an passé 880 000 lecteurs en Suisse romande et alémanique.
La REMP détient quasiment un monopole sur le marché des médias et de la publicité. Y a-t-il une instance qui contrôle qu'elle n'abuse pas de son pouvoir?
L'organe responsable de la REMP est une association qui regroupe les différentes associations de la branche. Ce sont elles qui certifient les chiffres de la REMP, ce qui garantit une source unique et permet de comparer entre eux les chiffres des différents médias. Des commissions internes appuient l'élaboration des règlements et en surveillent l'application. Les associations de la branche délèguent spécialistes, experts et scientifiques dans les commissions.
De nombreux journaux et magazines voient leur tirage diminuer, notamment parce que les clients publicitaires privilégient les annonces sur Internet. Pensez-vous que, dans vingt ans, la REMP certifiera encore des médias dans lesquels les annonceurs placeront leur publicité?
Personnellement, j'en suis convaincu. Dans les périodes économiques difficiles, il est d'autant plus important pour la branche publicitaire de pouvoir s'appuyer sur les chiffres des tirages et du lectorat. Certes, la REMP n'établit pas de pronostics. Nous reflétons la situation telle qu'elle est, en tant qu'institut de recherches indépendant.

Interprétation nuancée des acteurs du marché publicitaire

Roland Achermann confie aux acteurs publicitaires des agences de presse et de l'industrie le soin d'interpréter les chiffres REMP. Suite p. 14


Corinne Futterlieb

Roland Achermann, responsable de la certification des tirages auprès de la REMP, a déjà procédé personnellement à la certificaton de la Tribune du droguiste.

Pour **Daniel Crespo,** Head of Print Buying chez Omnicom Media Group, les études de lectorat de la REMP sont indispensables: «Sans les études MACH, toute planification serait impossible pour les médias imprimés. Il est indispensable de savoir qui sont les lecteurs d'un titre et combien de personnes une annonce permet d'atteindre.» La certification du tirage est également un critère important à ses yeux: «Elle est garante de la fiabilité des chiffres et permet une comparaison entre les titres. A partir d'un certain tirage, la certification est incontournable.» Pour la *Tribune du droguiste*, avec ses quelque 250 000 exemplaires par mois, la certification, qui revient à 5000 francs, est un bon investissement. De même que les études MACH, qui donnent des indications détaillées sur la composition du lectorat. Celles-ci coûtent quelque 30 000 francs par an à l'Association suisse des droguistes.

L'entreprise familiale Antistress SA investit quelque 75 % de son budget publicitaire dans des titres certifiés par la REMP, révèle la responsable marketing **Tanja Zimmermann-Burgerstein.** «L'importance du tirage n'est cependant pas le seul critère. Un média peut également s'avérer intéressant pour nous s'il nous permet d'atteindre un groupe cible de taille modeste mais bien spécifique.» Pour cette spécialiste marketing, l'environnement publicitaire a également son importance: «En tant qu'investisseur publicitaire, on apprécie d'être en bonne compagnie.» La *Tribune du droguiste* tient par conséquent une place de choix: «Les drogueries offrent un assortiment sérieux et attrayant. On ne risque donc pas que la publicité pour nos produits soit présentée côte à côte avec n'importe quels produits et remèdes.»

Lukas Fuhrer / trad: ls



«L'importance du tirage n'est pas le seul critère. Les titres de petite envergure offrent l'avantage de pouvoir atteindre des groupes cibles spécifiques.»

Tanja Zimmermann-Burgerstein, responsable marketing chez Antistress SA

Accès gratuit aux données de tirage
Statistiques des dépenses publicitaires détaillées REMP
Glossaire REMP: les termes publicitaires clés

Questions sur la retraite

Beaucoup de gens se réjouissent à l'idée de prendre leur retraite – mais généralement des incertitudes apparaissent peu avant et il est nécessaire de tirer des choses au clair. Réponses à deux questions importantes tirées de notre expérience de conseil.

La situation

«Mon employeur m'a annoncé qu'on allait malheureusement devoir me licencier pour des raisons économiques car l'entreprise ne va plus très bien depuis longtemps, ce qui est exact. Comme je suis un collaborateur de longue date (plus de 30 ans), mon employeur souhaite faire un geste et m'offre une retraite anticipée avec une rente transitoire.»

Questions et réponses

Le licenciement annoncé est-il admissible si l'on considère l'offre de retraite anticipée?

En Suisse, le principe de la liberté de licenciement est valable mais le code des obligations prévoit certaines restrictions (par exemple motifs de licenciements abusifs, délais de protection, etc.) qu'il s'agit de respecter. L'employeur a certes un devoir d'assistance par rapport à des collaborateurs de longue date de plus de 60 ans – mais il ne peut être assimilé à une interdiction totale de licenciement. L'entreprise souffrant de pertes financières massives, la nécessité du licenciement paraît donc plausible. La solution proposée est en faveur du travailleur. Elle ne constitue pas un droit mais plutôt une marque de reconnaissance. C'est à l'employé de savoir s'il veut accepter ou non l'offre. Il est judicieux de prendre contact avec la caisse de pension et d'éclaircir quelles sont les conditions appliquées pour la retraite anticipée et de quel montant la rente sera diminuée. Parallèlement, il serait utile d'examiner les chances sur le marché du travail. Basée sur ces faits, la décision de prendre ou non une retraite anticipée sera plus facile à prendre.

L'employeur a parlé de deux mois de salaire comme indemnités de départ. Mais la condition serait une retraite anticipée. Est-ce correct par rapport à la durée de l'emploi?

Une indemnité de départ (généralement entre deux et huit mois de salaire) est due, selon l'art. 339b CO, si «les rapports de travail d'un collaborateur âgé d'au moins 50 ans qui travaille depuis au moins 20 ans dans l'entreprise prennent fin». L'importance de cette mesure (comme prévoyance professionnelle de base) est moindre depuis l'introduction du 2e pilier obligatoire: les prestations de l'employeur à la caisse de pension sont déduites des indemnités de départ. Comme les prestations de l'employeur dépassent souvent l'indemnité de départ maximale, il n'y a aucune exigence légale. Il en va différemment quand il y a une garantie écrite dans un contrat de travail, un plan social ou une convention collective. Les indemnités de départ offertes se font donc sur une base volontaire et paraissent donc tout à fait adaptées.

Travailler après 65 ans

Il n'est pas interdit de continuer à travailler au-delà de l'âge de la retraite. Si toutefois vous souhaitez mettre un terme à vos rapports de travail à ce moment-là, vous devez envoyer une lettre de démission à votre employeur, en respectant le délai de congé prévu. Ces dispositions peuvent différer dans les rapports de travail de droit public, lorsque le contrat de travail ou un règlement précise autre chose à ce sujet ou lorsque l'engagement n'a été conclu que pour une durée limitée. Dans tous les autres cas, le contrat de travail ne prend pas fin de facto à l'âge de la retraite.

Regula Steinemann / trad: mh



Regula Steinemann, avocate et directrice de «Employés Droguistes Suisse»

Cette page est ouverte à «Employés Droguistes Suisse». L'avis de l'auteur ne doit pas coïncider avec celui de la rédaction.



Nouvelle génération de complexes spagyriques

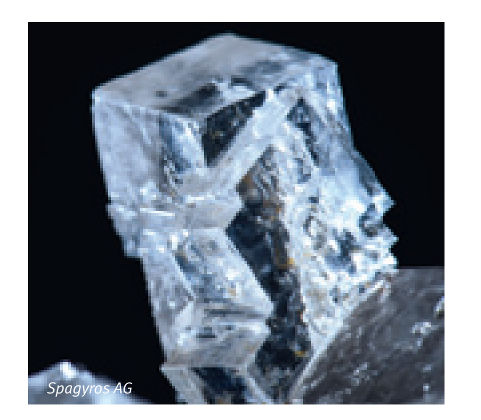
Spagyros SA distribue depuis mars une nouvelle génération d'essences spagyriques. En combinant sept plantes médicinales différentes, l'entreprise fabrique artisanalement 12 complexes. Une visite sur le site de production nous conduit dans le monde de l'alchimie – c'est aussi le monde du spécialiste de la spagyrie Patrick Baumann.

Le chemin qui mène au laboratoire est bordé de part et d'autre de jeunes tilleuls – Tilia platyphyllos. Quand ces arbres auront grandi, ils formeront une magnifique allée sur le chemin du laboratoire spagyrique «Malmaison» installé dans les Franches-Montagnes. Le client est ainsi accueilli dans une atmosphère particulière, cela fait partie de la philosophie de l'entreprise Spagyros SA. Mais les tilleuls ont aussi une fonction pratique: l'équipe du laboratoire situé à Saint-Brais en extrait des remèdes spagyriques. Il en va de même pour quelque 200 autres plantes qui sont soit cueillies dans la nature par les collaborateurs de Spagyros, soit cultivées dans le jardin médicinal, parfois mais rarement achetées comme substances. A l'écart du bruit du trafic ou du rayonnement des antennes des téléphones portables, les plantes médicinales sont transformées à Malmaison suivant un processus intensif avant de parvenir dans les drogueries et les pharmacies pour y être vendues comme essences spagyriques.

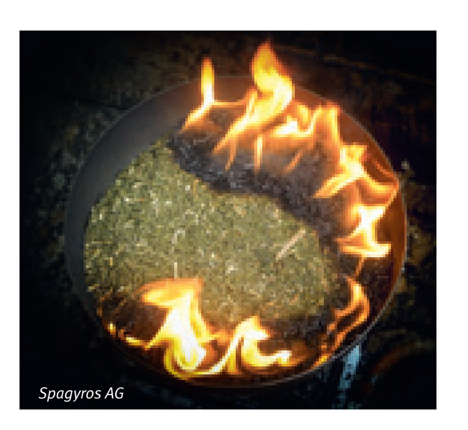
Procédure reconnue par Swissmedic



Depuis plusieurs années, l'équipe menée par le «spagyricien» **Patrick Baumann** travaille à une nouvelle génération de remèdes spagyriques sur les hauteurs du Jura. Le résultat: 12 essences sont sorties sur le marché en mars. Les complexes contiennent des substances minérales tirées de plantes et s'apparentent au concept thérapeutique des sels de Schüssler. Ce dernier recourt à l'utilisation de douze sels minéraux qui sont dynamisés homéopathiquement. Comme les sels de Schüssler, les nouvelles essences de Spagyros ne traitent pas les symptômes des maladies mais agissent sur certains tableaux cliniques fonctionnels et troubles de santé. Cette thérapie se base sur l'approche alchimique qui redonne au corps malade son équilibre.



Spagyros AG



Spagyros AG



Spagyros AG

Les matières premières sont transformées selon un processus complexe avant d'être vendues sous forme d'essences spagyriques.

Patrick Baumann a découvert les racines alchimiques de la spagyrie dans de vieux livres: «Formé en lettres, je me suis orienté vers les anciens alchimistes pour le développement de nouveaux processus de fabrication. Cela signifie que tout le processus est marqué par le respect envers les plantes médicinales: nous accompagnons les plantes à travers toute la transformation et leur vouons notre complète attention.» Swissmedic a reconnu la procédure de fabrication «selon Baumann» en 2006 déjà. «J'ai vécu cela comme une réelle confirmation de l'ancienne pensée des alchimistes, qui est sans cesse remise en question par la science moderne», dit Patrick Baumann.

Sept plantes agissent de concert

Il fait sombre et froid, à peine 13 degrés, dans les locaux souterrains de Malmaison. C'est aussi ça, l'alchimie, cette science naturelle de l'Antiquité, qui n'essayait pas de convertir les résultats en chiffres et en formules mais considérait la nature comme divine. Et en adoptait ses principes vivifiants. Il se passe exactement la même chose dans l'obscurité des cuves de l'équipe de Patrick Baumann: les plantes sont cueillies et purifiées avant d'être coupées en morceaux et mises à fermenter avec de l'eau de source distillée et de la levure. Cela fait «mourir» les plantes, explique Patrick Baumann. Elles perdent leur couleur verte et deviennent toujours plus telluriques, au fond de leur tombe froide. Mais elles offrent aussi une nouvelle vie à la levure. Cette polarité apparaît toujours lors de la fabrication des essences de Spagyros SA, et c'est aussi un principe de l'alchimie.

Dans la philosophie des nouvelles essences, il est primordial que les plantes médicinales ne suivent pas le processus de fabrication de manière isolée. Au lieu de cela, sept plantes assorties les unes aux autres sont transformées et travaillées en même temps, explique l'auteur de la procédure. «En quelque sorte, chaque plante contribue donc aux vertus curatives au sein d'une équipe. Mais il y a aussi des raisons de récepteurs à cette manière de faire: avec nos complexes, nous voulons en effet construire un pont thérapeutique judicieux. Isolément, les plantes ne peuvent couvrir qu'une zone relativement spécifique, alors que les synergies ne sont plus gérables dans des mélanges comprenant 50 composants.» La spagyrie traditionnelle a certes également recours à la combinaison de différents remèdes, mais seulement lors de la préparation du traitement, quand le droguiste mélange plusieurs essences prêtes à la vente.



Spagyros AG

La cueillette et la production se basent sur les principes des anciens alchimistes et se font dans le plus grand respect des plantes.

Tenue et force pour le corps

Si en chimie, les substances sont classées selon leur état matériel, en spagyrie par contre il y a une séparation des principes d'action des plantes médicinales (voir encadré). Lors de la transformation, c'est le principe de vie qui est éliminé en premier de la plante. Il tient les deux autres principes ensemble.
Dans les nouvelles essences développées par le spagyricien Patrick Baumann avec le naturopathe Tobias Rutkowsky, la biochimiste Conwitha Lapke et la directrice de Spagyros Jacqueline Ryffel, un principe a une importance particulière: le principe d'action Sel. Il désigne dans la tradition des anciens alchimistes la structure qui donne de la tenue et de la force au corps pour surmonter les maladies. Les 12 complexes doivent donc également traiter les perturbations sur les plans constitutionnel et chronique, explique Hans-Ruedi Schweizer, directeur du secteur ventes et marketing chez Spagyros SA. Il estime également qu'en spagyrie, le conseil donné en droguerie est essentiel. Et cela vaut aussi pour les nouveaux complexes. Spagyros SA dont le siège est à Gümligen (BE) écoule 55 % de ses remèdes végétaux dans les drogueries et 45 % dans les pharmacies.

Réunir les principes d'action

L'équipe obtient les sels végétaux à Malmaison par désagrégation des composants des plantes pressées. La macération qui sort des cuves est ensuite distillée dans une fraction d'eau et d'alcool pour la ménager. Les résidus végétaux immobiles sont brûlés sur un feu ouvert et les cendres sont calcinées à 500 degrés. Lors de cette calcination, les substances organiques brûlent, il ne reste plus que des sels minéraux végétaux. Ceux-ci sont alors dilués dans un distillat aqueux. Le groupe de développement mené par Patrick Baumann a constaté que la biodisponibilité des sels ainsi obtenus était plus grande que celle des sels minéraux inorganiques ou des sels de Schüssler traités de manière biochimique. Cela signifie que le corps peut mieux exploiter ces substances.
Pour soutenir les effets du principe Sel, les deux autres principes sont nécessaires. Alors le spécialiste de spagyrie Patrick Baumann et le naturopathe Tobias Rutkowsky réunissent à la fin du processus de fabrication ce qu'ils ont séparé avec beaucoup de patience et un travail purement manuel: ils versent le distillat alcoolisé dans le distillat aqueux et libèrent l'essence spagyrique qui doit alors déployer toutes ses vertus curatives.

Lukas Fuhrer / Trad. mh

Encadré: qu'est-ce que la spagyrie?

Les termes alchimie et spagyrique étaient souvent assimilés l'un à l'autre au Moyen-Age encore. Le célèbre médecin Paracelse (1493 – 1541) décrivait la spagyrie comme la forme appliquée de l'alchimie pour la fabrication des médicaments. Mais les racines en sont plus anciennes encore. En effet, dans l'Egypte antique, on utilisait déjà les forces guérissantes des plantes. Le mot grec pour cette naturothérapie décrit son principe: spao = séparer, ageiro = réunir. Mais dans la spagyrie, ce ne sont pas les substances actives qui sont séparées mais les principes d'action.

Voici les trois principes:
Le mercure pour le vivant, la force de vie.
Le soufre pour l'individuel, l'unique,
et **le sel** pour la structure, la force et la tenue.



Spagyros SA

Lignes épurées pour l'emballage de la nouvelle génération de produits.

DrogoBrain: se perfectionner en ligne

Perfectionnez-vous où et quand vous le souhaitez. Vous pouvez suivre à tout moment les modules de formation en allemand sur la plate-forme d'apprentissage DrogoBrain.

Le nouveau module intitulé «Analgetika» sera prochainement mis en ligne. Un cours complet vous permet de rafraîchir vos connaissances, de les approfondir et d'être en mesure de donner des conseils de vente pointus sur le sujet des douleurs.

Les différents modules des cours DrogoBrain sont disponibles individuellement. Un module est constitué d'une partie théorique, comporte des conseils de vente et de conseil à la clientèle, ainsi qu'un test final. Partout où c'est possible, l'accent est mis sur les aspects allopathiques, de médecine complémentaire et liés à l'alimentation (tout l'assortiment OTC). Vous êtes crédité d'une étoile sur votre compte de formation pour chaque module réussi.



panthermedia.com

Avons-nous suscité votre intérêt?

Alors inscrivez-vous auprès de Claudia Meier *(c.meier@drogistenverband.ch)* ou commandez le module souhaité par internet sur *http://teampro.drogoserver.ch*.

Module DrogoBrain

Module 1	– Prostata, Blasen- und Nierenbeschwerden
Module 2	– Ophthalmologica und Linsenpflegemittel
Module 3	– Darm
Module 4	– Magen, Leber, Pankreas
Module 5	– Immunsystem
Module 6	– Venenbeschwerden
Module 7	– Antidiarrhoica und Laxantia
Module 8	– Husten
Module 9	– Hautkrankheiten
Module 10	– Analgetika

Prix par module*

CHF 39.– pour les apprentis et les étudiants de l'ESD
CHF 69.– pour les membres de l'Association suisse des droguistes
CHF 99.– pour les non-membres de l'Association suisse des droguistes

Les cours ne sont disponibles qu'en allemand.

** Les prix comprennent le script du thème choisi, la mise à disposition des questions d'exercices et d'examen, ainsi qu'un certificat. Après inscription, le script et les questions restent disponibles un an.*

Sport: qui veut ouvrir la boîte de Pandore?

Plus loin, plus haut, plus vite – telle est la devise de nombreux sportifs amateurs. Pour atteindre les objectifs fixés, ils ont recours aux compléments alimentaires – et souvent sans en connaître les effets, s'ils ne bénéficient pas des conseils adéquats.



La caféine peut donner un coup de fouet aux sportifs mais n'influence nullement le niveau de performance à long terme.

Les sportifs amateurs sont de grands adeptes des compléments alimentaires censés donner un coup de pouce à leurs performances et il n'est pas rare qu'ils soient victimes d'un mauvais dosage parce qu'ils n'ont pas pu demander conseil à un spécialiste (droguiste, diététicien, médecin). Les attentes liées à ce genre de produits sont bien trop élevées: personne n'est devenu champion du monde uniquement en ingérant des compléments alimentaires. Le seul fait scientifique avéré, basé sur des recherches effectuées sur des personnes en bonne santé et bien entraînées, est qu'un dosage adéquat de substances dites ergogènes peut influencer positivement les performances, que ce soit de manière directe (résultats rapides) ou indirecte (résultats retardés dans le temps).

Des compléments dotés d'un bon profil avantages/risques*

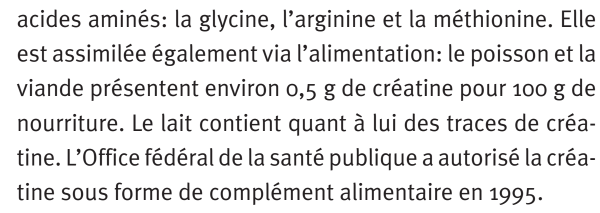
Voici quelques exemples de compléments ayant des effets bénéfiques sur les performances de sportifs bien entraînés, pour autant qu'ils soient utilisés à bon escient:

- Boissons, gels, barres et autres sources d'énergie compactes (sports d'endurance et d'équipe)
- L-carnitine (sport d'endurance)
- Produits de régénération sous forme de combinaison glucides-protéines, rapport de 2:1 à 4:1 (après un entraînement intense ou pour la musculation)
- Créatine (musculation)
- Caféine (compétition)
- Fer (si carence en fer)
- Vitamine C (en dosage élevé, sur quelques jours, dans des situations extrêmes de canicule ou de froid)

Des «carburants» souvent recommandés

Créatine

Description: La créatine est un composé azoté synthétisé essentiellement par le foie et les reins à partir de trois



acides aminés: la glycine, l'arginine et la méthionine. Elle est assimilée également via l'alimentation: le poisson et la viande présentent environ 0,5 g de créatine pour 100 g de nourriture. Le lait contient quant à lui des traces de créatine. L'Office fédéral de la santé publique a autorisé la créatine sous forme de complément alimentaire en 1995.

Chance: En augmentant la concentration de créatine dans les muscles, on parvient à deux effets indépendants l'un de l'autre qui influent sur les performances: le métabolisme anaérobie alactique ainsi que le développement de la masse musculaire, lorsque le supplément de créatine est pris sur plusieurs semaines.

Risque: Une supplémentation en créatine devient intéressante si c'est la puissance maximale qui est visée (lancer de poids, haltérophilie, bob, bodybuilding). Pour les sports comme le sprint, le saut, les sports d'équipe, une prise de poids non désirée peut influer sur les performances à long terme – même si la prise de poids est presque uniquement liée à la masse musculaire. Car il faut faire bouger cette masse.

Caféine

Description: La caféine est une substance naturellement présente dans les grains de café, la noix de kola, les feuilles de maté, les graines de guarana, les fèves de cacao et le thé (noir ou vert). Outre certains aliments, plusieurs analgésiques contiennent aussi de la caféine (env. 50 à 100 mg de caféine par dose). A noter qu'un café fort contient jusqu'à 150 mg de caféine, un verre de coca-cola environ 80 mg et même une tablette de chocolat est pourvue de 10 mg de caféine. De nombreuses boissons énergétiques et certains aliments spéciaux pour sportifs en contiennent aussi.

Chance: La caféine a un effet stimulant sur tout l'organisme. Par voie orale, la caféine est absorbée rapidement et quasi intégralement dans le sang. Elle réduit certes la sensation de fatigue et de douleur, mais elle produit également des effets directs sur les cellules musculaires (p. ex. activité de la pompe sodium-potassium, augmentation de l'AMPc, effets directs sur les enzymes et renforcement de l'effet de l'adrénaline). En outre, la caféine semble augmenter l'absorption des glucides par l'intestin, ce qui permet à l'organisme de disposer de davantage de glucides comme source d'énergie. L'effet sur les performances dure de 3 à 6 heures.

Risque: Effets secondaires possibles, notamment chez les personnes qui ne sont pas habituées à la caféine: palpitations cardiaques, tremblements, troubles du sommeil, maux de tête et pouls irrégulier. La combinaison de caféine et de créatine peut éventuellement diminuer les effets de la créatine (v. paragraphe sur la créatine).

L-carnitine

Description: Les cellules de l'organisme utilisent la l-carnitine pour brûler les graisses. Les aliments d'origine animale comme la viande et les produits laitiers sont les principaux fournissseurs de cette substance, mais c'est la viande rouge qui en contient le plus (env. 90 mg/100 g). Selon la consommation de viande, l'apport journalier est estimé à 20 à 200 mg par jour, sachant qu'il est quasi nul chez les adeptes du véganisme.

Chance: Au vu de son effet sur le métabolisme des graisses, la l-carnitine est devenue un supplément très apprécié pour accélérer l'élimination des graisses. D'une part pour faire baisser le poids et d'autre part pour améliorer les performances, notamment dans les sports d'endurance. Des études ont laissé entrevoir que la l-carnitine pourrait avoir des propriétés anti-oxydantes et réduire les dommages sur les cellules ou les courbatures musculaires après un effort trop important. Cela dit, il est encore difficile d'apprécier à sa juste valeur la signification pratique des études à disposition pour le moment.

Risque: Une étude a permis de montrer qu'aucun effet secondaire n'était observé sur une personne ingérant 6 g par jour de l-carnitine pendant plus d'un an. Concernant les dosages ordinaires de 2 à 3 g par jour, aucun effet secondaire n'a pu être observé.

Les effets des substances ergogènes

Les substances ergogènes (du grec «ergon» = travail et «genan» = produire) sont des aliments ou des substances nutritives ingérés dans le cadre de l'alimentation d'un sportif pour leurs effets sur les performances physiques. Elles doivent:

augmenter les réserves d'énergie, améliorer la production d'énergie, accroître les tissus musculaires, réparer les dommages sur les cellules dus au sport.

Performances en bouteille

Les personnes pratiquant une activité sportive régulière savent bien que les liquides éliminés par l'exercice physique doivent être remplacés. Reste à savoir comment. Pour une activité sportive d'une heure au plus, l'eau du robinet et les tisanes suffisent amplement à étancher la soif. Mais si l'on pratique un sport pendant plus de 60 minutes, mieux vaut recourir à des boissons enrichies. Idéalement, l'apport en liquide pendant l'effort physique est d'environ 0,8 l par heure. Les boissons spéciales pour sportifs ravitaillent l'organisme en liquide et en électrolytes et sont optimales pour les personnes pratiquant un sport très intensif une ou plusieurs fois par jour.

Les boissons pour sportifs se répartissent en trois catégories.

Boissons hypertoniques: la concentration en minéraux est plus élevée que celle des liquides corporels.

Boissons isotoniques: la concentration en minéraux est équivalente à celle des liquides circulant dans le corps humain.

Boissons hypotoniques: la concentration en minéraux est moins élevée que celle des liquides corporels.

Utilité des conseils

L'alimentation est un facteur central sur le plan de la santé et des performances – à court ou à long terme. Une alimentation de base équilibrée est plus importante que le recours aux compléments. Dans des situations spécifiques et s'ils sont utilisés à bon escient, ils peuvent enrichir une alimentation adaptée à un sportif de haut niveau. Parmi les produits proposés sur le marché et sur internet, seule une minorité peut s'avérer efficace. Les autres peuvent avoir des effets négatifs et épuiser certaines ressources inutilement. Il faut privilégier la qualité et non la quantité. Bref, ce qui est décisif, c'est le bon dosage dans la bonne situation.

Nadja Mühlemann /trad. dg

Guide des suppléments alimentaires (spécialistes)

Alimentation pour sportifs (consommateurs)



* Cette énumération ne prétend pas être exhaustive. Aucun des compléments susmentionnés ne convient à tous les cas, toutes les personnes ou tous les types de sport. Selon Antidoping Suisse, une utilisation ou un dosage inadéquats peuvent avoir des conséquences sur les performances et la santé.

Des bains alcalins pour une silhouette de rêve

C'est l'époque des régimes d'avant l'été. Les bains alcalins peuvent favoriser la perte de poids pendant un régime. Ils contribuent également à raffermir les tissus conjonctifs et à améliorer la qualité de la peau.


Rolf Neeser

Au printemps, le conseil à la clientèle en droguerie tourne souvent autour de la saison des baignades et des deux ou trois kilos en trop: nombreuses sont celles qui rêvent d'une silhouette idéale et qui sont prêtes à suivre des régimes restrictifs. Mais les diètes modifient considérablement l'équilibre acido-basique. Si le corps est forcé de puiser dans ses réserves, il libère des acides gras. Une fois oxydés, ceux-ci deviennent des corps cétoniques qui surchargent le métabolisme et rendent plus difficile la dégradation des graisses. Pour favoriser une perte de poids durable, il est important d'avoir une alimentation acido-basique équilibrée. Dans ce cadre, les bains alcalins ont fait leurs preuves comme mesure d'accompagnement.
Les bains alcalins soutiennent les fonctions régénératrices de la peau en régulant le processus naturel d'homéostasie à savoir la décomposition des cellules, ainsi que l'élimination des produits métaboliques. Un bain alcalin a un pH de 8,5 environ, ce qui sature la couche de protection acide de la peau et l'élimine. En outre, cela crée une pression osmotique entre les fluides corporels et le bain alcalin: les acides et les substances stockés dans le tissu conjonctif migrent alors à la surface de la peau où ils sont éliminés. Effets secondaires agréables: le grain de peau s'améliore et les tissus conjonctifs sont plus fermes.

Action des soins basiques

Le bain alcalin a les effets suivants:

- Neutralise les acides
- Régule les fonctions d'excrétion de la peau
- Favorise la capacité de la peau à reconstituer le film lipidique
- Améliore le grain de peau
- Détend et nettoie le corps et l'esprit

Effets supplémentaires

Boire avant le bain une tasse de tisane aux herbes non sucrée et grignoter 30 grammes de raisins secs. Les deux ont des effets détoxinants sur le corps.

Utilisation

Eléments sur lesquels il faudrait mettre l'accent lors du conseil à la clientèle: afin que l'effet désacidifiant d'un bain alcalin puisse se déployer pleinement, il faudrait se baigner au moins une demi-heure mais mieux encore une heure et se frotter la peau toutes les dix minutes. Pour se masser, les clients peuvent utiliser des lavettes traditionnelles ou des brosses et des éponges disponibles en droguerie (ventes supplémentaires). Dosage: 2 à 3 cuillères à soupe pour un bain, 1 cuillère à soupe pour un bain de siège.

Indications

Les soins corporels basiques sont avant tout conseillés en cas de problèmes cosmétiques comme une faiblesse des tissus conjonctifs (cellulite) et une peau rêche, ainsi qu'en mesures d'accompagnement lors d'une cure de détoxination. Mais ils seraient aussi efficaces pour favoriser la guérison de troubles médicaux comme l'eczéma atopique (neurodermite ou dermatite atopique), l'acné vulgaire, le psoriasis, les mycoses de la peau, les verrues, le diabète ou des maladies ou blessures de l'appareil locomoteur comme la goutte, l'ostéoporose ou les blessures sportives.

Equilibre de l'intérieur

Le stress physique et psychique est mauvais pour l'équilibre acido-basique. Mais l'alimentation joue également un rôle non négligeable. La consommation excessive de produits carnés gras, de fromage et de pâtisseries associée à un apport trop faible en sels minéraux basiques (comme ceux que l'on trouve dans les aliments comme les fruits et les légumes) peut provoquer un déséquilibre dans le corps. Une alimentation équilibrée, riche en fibres, est bénéfique à l'équilibre acido-basique. Maintenir cet équilibre interne permet de profiter d'un bien-être supplémentaire et de se sentir plus énergique. Il est recommandé, pour renforcer la dégradation active des acides de l'intérieur, de prendre des compléments alimentaires basiques, qui sont adaptés à chaque groupe-cible – disponibles en tablettes, en poudre à boire, en granulés (à ajouter dans les mets) ou en produit dispersible (pour prise directe)

Nadja Mühlemann/trad. mh

Bon à savoir

Préparez-vous aux questions de vos clients: la *Tribune du droguiste* du mois d'avril se penche aussi sur **l'équilibre acido-basique**.

50 nuances de gris

De plus en plus de femmes assument leurs cheveux gris et les arborent fièrement. Un mouvement de libération est même apparu, venu des Etats-Unis comme tant d'autres. Les femmes qui y participent s'appellent les Silverellas ou les Silver Sisters.

Alors que les cheveux gris font plutôt apparaître les hommes plus mûrs et plus attirants, ils ont longtemps été considérés avant tout comme un symptôme pénible de vieillissement chez les femmes, qui s'évertuaient à les dissimuler autant que possible. Mais une tendance venue des Etats-Unis y met un terme: Silverella, c'est le nom de ce mouvement encore marginal mais en pleine croissance grâce auquel les femmes assument pleinement leurs cheveux gris.

Faits bruts

Le processus de grisonnement commence en moyenne dans la trentaine mais il peut débuter plus tôt ou plus tard. A savoir quand la production de mélanine diminue. Wolgang Raab et Ursula Kindl décrivent le phénomène dans leur guide «Pflegekosmetik» ainsi: les mélanocytes produisent des mélanosomes incomplets et finissent par ne plus en produire du tout. La durée de vie des mélanocytes et le temps pendant lequel ils sont productifs sont déterminés génétiquement et sont influencés par les hormones. Mais à 50 ans au plus tard, la plupart des gens ont la moitié des cheveux blancs. Le processus commence d'abord sur les tempes et se termine derrière la tête.

Les cheveux qui ne peuvent plus produire de mélanine en raison de l'arrêt des mélanocytes n'ont pas de couleur et apparaissent blancs à l'œil. Ils ne sont jamais à proprement parler gris. Mais ils apparaissent grisonnants quand ils sont mélangés à des cheveux encore colorés. L'âge avançant, les cheveux poussent en outre irrégulièrement et la densité des cheveux (atrophie complète de nombreux follicules capilaires) se réduit. Ils deviennent plus cassants et plus secs. C'est pour cela que les cheveux gris semblent souvent plats, mats et ternes.

Davantage d'éclat pour le gris

Pour ne pas paraître plus âgé, il faut observer quelques règles pour les soins des cheveux gris. Les shampoings doivent être doux, légèrement acides et riches en substances hydratantes et soignantes. On peut recommander l'utilisation de produits revitalisants dans lesquels on trouve des composés d'ammonium quaternaire mais aussi des hydrolysats de protéines comme l'hydrolysat de protéines de soie (INCI: Hydrolyzed Silk) ou l'hydrolysat de protéines de blé (INCI: Hydrolyzed Wheat Protein). Les huiles végétales, le panthénol (INCI: Panthenol) et les substances fixant l'eau comme le propylène glycol (INCI: Propylene Glycol) ou l'urée (INCI: Urea), ainsi que différents extraits végétaux renforcent l'effet soignant. Pour garder des cheveux éclatants, il convient en outre d'avoir une alimentation équilibrée. Il est également possible de prendre des suppléments comme de la biotine, du zinc, du fer, ainsi que des vitamines A, B2, B6 et de l'acide folique pour favoriser la santé des cheveux.

Eviter le jaunissement

L'effet de jaunissement est visible quand la proportion de blanc est déjà importante. Cet effet est dû aux radicaux libres qui détruisent certains acides aminés dans le cheveu. Ce phénomène peut être favorisé par la nicotine mais aussi l'eau chlorée et le soleil. Les shampoings et les rinçages pour cheveux argentés contiennent des pigments bleus qui neutralisent cet effet. Le bleu est en effet la couleur complémentaire du jaune. Il faut en revanche éviter d'utiliser des produits de soins pour les cheveux contenant des extraits de camomille car ils peuvent aggraver l'effet de jaunissement. En été, il faudrait toujours utiliser des sprays avec protection UV pour protéger ses cheveux du soleil. Les cheveux gris ne déteignent pas plus que les autres au soleil, mais leur structure peut être endommagée en raison de l'absence du filtre naturel de protection à la lumière que constitue la mélanine.

Couleur sans coloration

Les produits à l'argile naturelle ont la capacité de lier les pigments de couleurs similaires aux couleurs naturelles à l'aide de l'oxygène et ils permettent ainsi une repigmentation progressive des cheveux. La couleur se modifie peu à peu et discrètement sans oxydation chimique. Mais cette alternative à la coloration n'est indiquée qu'en cas de léger grisonnement. L'intensité de la repigmentation dépend de l'application, qui peut se prolonger sur plusieurs jours ou semaines. Cette technique est moins efficace sur des cheveux blonds clairs ou noirs. Et: la couleur prévue n'est pas toujours celle obtenue, elle peut parfois aussi virer au violet.

Prévenir les cheveux gris

On n'a pour l'heure pas trouvé de solution pour prévenir les cheveux gris. Cependant, les premiers résultats de recherches montrent qu'une nouvelle pigmentation est possible – au moins pour les cheveux gris dus à une maladie. Les scientifiques des universités de Lübeck et de Manchester précisent toutefois que le processus doit encore être testé sur les humains. Et il ne permet pas d'agir sur des cheveux qui grisonnent naturellement.

Nadja Mühlemann/Trad. mh



A 50 ans au plus tard, la moitié de nos cheveux sont blancs.

Que de dépenses!

Si l'on additionne les dépenses qu'une femme consentira en dix ans pour se faire teindre les cheveux chez un coiffeur de prix moyen une fois par mois, on atteint 8000 francs. Si l'elle ne va pas chez le coiffeur et fait la teinture elle-même, elle économise certes un peu d'argent mais ce n'est pas spectaculaire. Certaines femmes n'ont donc pas d'autre choix que de renoncer à teindre leurs cheveux gris. Assumer ses cheveux gris est sans conteste meilleur marché. Et cela donne également une allure plus naturelle à la femme. A condition que les cheveux gris sont éclatants et coiffés à la mode.



Sidroga SA
Rincer et désinfecter en même temps! La tisane Sidroga® pour les reins et la vessie a une double action: grâce à sa combinaison de plantes aux propriétés anti-inflammatoires et aquarétiques, elle a des effets diurétiques et freine l'inflammation. On peut donc recommander la consommation de la tisane Sidroga® pour la vessie et les reins dès les premiers signes d'inflammation bénigne de la vessie.
Informations complémentaires: *www.sidroga.com*



Louis Widmer SA
Skin Appeal de Louis Widmer: un programme en trois points pour une peau pure. Pendant la puberté, on observe souvent un excès de sébum et des imperfections cutanées dues à des bactéries. Afin d'éviter tout dommage ultérieur, il est important de traiter à temps et de manière systématique ces imperfections cutanées avec Skin Appeal en nettoyant, clarifiant et soignant la peau. Promotion actuelle Skin Appeal Lipo Sol Mousse (50 ml) pour 5 francs.



Promotion Santé Suisse
L'eau est l'alternative la plus économique, la moins calorique et la plus saine à la consommation de boissons sucrées. Elle contribue au maintien d'un poids corporel sain et au bien-être général. L'eau du robinet est facilement disponible, sans sucre, et étanche parfaitement la soif. Buvez à votre santé en buvant de l'eau!





Preiselvit
Regubase poudre alcaline: avec des sels nutritifs et du petit-lait en poudre pour réguler l'équilibre acido-basique. Poudre alcaline édulcorée avec du Steviasol, sans sucre ni édulcorant artificiel au goût très agréable, à prendre une fois par jour. Augmente la vitalité et le bien-être (200g /une cuillère à café par jour).
Preiselvit-Vetrieb, 9042 Speicher
071 344 10 22 *www.preiselvit.ch*



Vifor SA
Triofan® Rhume des foins gouttes oculaires antiallergiques et spray nasal antiallergique. Nouveau: la génération suivante de produits naturels contre le rhume des foins! Les produits Triofan® Rhume des foins avec 2 % d'ectoïne naturelle possèdent de précieuses propriétés: anti-inflammatoire, protègent les cellules, atténuent les troubles allergiques, fortifient et soignent la muqueuse.
Triofan® Rhume des foins est disponible sous forme de gouttes oculaires antiallergiques ou de spray nasal antiallergique. Vifor SA.



Wander SA
Avec Modifast® perdez du poids de manière simple, saine et savoureuse, sans entraver votre bien-être ni vos performances – durablement efficace! Modifast® est un concept d'amaigrissement global, modulable selon vos besoins, avec une vaste palette de produits et de saveurs pour une plus grande variété.
www.modifast.ch



L’esprit suisse

L’esprit suisse – qu’est-ce que c’est? Le droguiste et réalisateur de films documentaires Severin Frei a mené l’enquête dans notre pays et a pris le pouls de ses compatriotes. Son deuxième film documentaire «Schweizer Geist» (L’esprit suisse) se veut une approche des clichés, mythes et vraies valeurs de l’Helvétie. Il montre la Suisse telle que les Suisses la voient en 2013.



Gagnez des places de cinéma!

«L'Esprit suisse» sera dès avril 2013 dans les cinémas. *d-inside* tire au sort 20 billets d’entrée pour les membres de l’Association suisse des droguistes sur *www.facebook.com/drogistenverband.* Date limite de participation: le 30 avril 2013. Bonne chance!

***d-inside:* Félicitations! Votre deuxième film documentaire sort le 18 avril 2013 dans les cinémas. Que ressentez-vous?**

Severin Frei: C’est difficile à décrire. L’essentiel pour moi est que mon travail touche les gens et qu’ils aient l’envie de prendre du temps pour venir le voir.

«L'Esprit suisse» est votre premier film réalisé en Suisse. Quel est votre but?

Je montre que notre petit pays a de multiples facettes et est riche en contrastes, qu’il est beau et admirable. On ne voit jamais la Suisse sous cet angle dans les films de terroir conventionnels.

Voulez-vous aussi transmettre des messages politiques?

Je laisse la politique aux politiciens. Je suis droguiste et réalisateur de films.

Voyez-vous des parallèles entre le monde du cinéma et celui de la droguerie?

Ce n’était pas évident de coordonner tous les protaganistes sur le plateau. Mon expérience en tant que droguiste et directeur de plus de 20 collaborateurs m’a aidé.

Les plus beaux moments pendant le tournage?

Quand j’ai pu vivre des expériences qui n’auraient pas été possibles sans caméra. Par exemple quand j’ai pu m’asseoir avec Corsin, le pilote de la Rega, dans le cockpit de l’hélicoptère ou quand j’ai attendu le lever du soleil avec Fritz devant le bivouac ou encore quand j’ai rencontré Regina, la joueuse de cor des Alpes, dans le Schächental.

Craigniez-vous d’échouer dans votre rencontre avec les clichés suisses?

J’ai passé beaucoup de temps en Amérique du Sud pour des projets d’entraide. J’y ai tourné le film «Panamericana» et noué des liens étroits avec la région. Mais un jour ou l’autre, j’ai dû me rendre à l’évidence: je connaissais mieux l’étranger que la Suisse et ça devait changer. Le film est né de cette intuition, alors on ne peut pas échouer.

Qu’est-ce qui caractérise donc les Suisses?

Pendant le film, je me suis intéressé en profondeur au devenir suisse et j’ai écouté les réponses très intéressantes. La réponse de Regina, la joueuse de cor des Alpes, le résume parfaitement: «Il ne s’agit pas d’être un bon Suisse mais une bonne personne.»

Nadja Mühlemann /trad: mh

Severin Frei

Severin Frei a écrit le scénario, dirigé la réalisation et participé aux photos et à la musique du film «Panamericana» sorti en 2010. Son deuxième film documentaire «Esprit suisse» dresse un portrait de son pays et sort en avril 2013 dans les salles. Le droguiste diplômé ES dirige la droguerie Toggenburg dans laquelle il s’occupe en particulier du laboratoire et du développement de ses propres spécialités.

Informations complémentaires sur le film: **www.schweizergeist.ch**



Flash

Délai d'insertion pour la prochaine édition: 2 avril 2013
Envoyer les annonces (uniquement par voie électronique) à: inserate@drogistenverband.ch

www.droguerie.ch

Le marché de l’emploi de la branche suisse de la droguerie

Nouveaux membres

Demande d’adhésion à une section de l’ASD:

Section: SG/TG/AR/AI

Sandra Haag,
Drogerie Ruckstuhl, Bahnhofstrasse 33, 8360 Eschlikon TG

Section:BS/BL

Claudia Körkel,
Ergolz Drogerie AG, Unterdorfstrasse 19, 4415 Lausen

Les oppositions doivent être adressées dans les 14 jours au comité central de l'ASD, case postale 3516, 2500 Bienne 3.

drogerie parfümerie küsnacht

Drogist oder Drogistin 60 % –100 %

Sie sind in der Lage, unserer anspruchsvollen Kundschaft eine kompetente Beratung über Naturheilmittel und Kosmetik/ Parfumerie zu bieten.
Sie kennen einige der bekannten Brands wie Ester Lauder, Clinique, Sisley, Dior, Kanebo oder Clarins. Sie sind eine flexible, unkomplizierte, extrovertierte und fröhliche Persönlichkeit und hektische Tage stressen Sie nicht.

Dann suchen wir Sie per sofort oder nach Vereinbarung.

Wir bieten Ihnen eine vielseitige Aufgabe in einer innovativen und lebhaften neuen Drogerie / Parfümerie mit NATURATHEK.

Sind Sie bereit für einen Neustart in einem sympathischen Team, mit einem Job welcher Sie nicht langweilt sondern fordert und fördert?

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung, gerne auch per Mail.

Drogerie Parfümerie Küsnacht
Simone Hohl , Dorfstrasse 7, 8700 Küsnacht
Telefon 044 910 00 77

info@drogerie-kuesnacht.ch, **www.drogerie-kuesnacht.ch**

Unsere Drogistin geht an die ESD.

Wir suchen per **August** oder **September** engagierte, fröhliche und aufgestellte

Drogistin 80 oder 100 % (Stellvertretung GF)

Ihre Stärken sind kompetente Kundenberatungen, sie tragen gerne Verantwortung fürs Tagesgeschäft, können ein Team motivieren und packen auch selbst gerne an.

Sie sind begeisterungsfähig, überzeugend im Verkauf, verfügen über Kenntnisse in Naturheilmittel, Naturkosmetik und im Reformsektor, betreuen gerne Auszubildende und sprechen auch Französisch.

Wir bieten einen attraktiven Arbeitsplatz im Herzen der Murtner Altstadt, eine abwechslungsreiche, selbstständige Tätigkeit mit Verantwortung in einem dynamischen Team. Wir ermöglichen auch auf Ihr Profil zugeschnittene Weiterbildungen. (Stellvertreterkurs, Reform, Kosmetik, Ausbildnerin etc).

Für Fragen steht Ihnen Frau B. Reichenbach gerne zur Verfügung.



DROGERIE AEBI
Reformhaus · Naturheilmittel
Hauptgasse 50 · 3280 Murten
Telefon 026 670 26 89

drogerie.aebi@bluewin.ch

WIR SUCHEN PERSÖNLICHKEITEN





Beratung im Gesundheitsmarkt

Bei unserem Auftraggeber handelt es sich um ein Dienstleistungsunternehmen im Pharma- und Gesundheitsumfeld. Als KMU mit langjähriger Erfolgsgeschichte bietet es seinen Kunden (Ärzte, Heime, Spitäler und Kliniken) ein umfassendes Angebot und massgeschneiderte Beratungslösungen an. Zur Verstärkung der Marktpräsenz suchen wir einen kommunikativen

Verkaufsberater im Aussendienst (m/w)

Aufgaben: Sie übernehmen die Verantwortung für die operative Leitung des Unternehmens im Rahmen definierter Strategien. Zu Ihren Hauptaufgaben zählen:

- Betreuung des bestehenden Kundenportfolios
- Akquisition von Neukunden
- Beratung im Bereich Sortimentserstellung, Qualitätssicherung und Einkaufsoptimierung
- Erstellen von Offerten

Anforderungen: Wir wenden uns an eine Beratungspersönlichkeit mit Verkaufserfahrung, die über ein betriebswirtschaftliches Verständnis und eine Grundausbildung im Gesundheitswesen verfügt (idealerweise Drogist). Sie überzeugen mit einem seriösen und gewinnenden Auftreten und sind in der Lage, im Gesundheitsmarkt mit verschiedenen Ansprechpartnern zu kommunizieren. Wir freuen uns auf Bewerbungen von initiativen und dynamischen Personen, die über eine eigenständige und zielorientierte Arbeitsweise verfügen. Das Idealalter liegt zwischen 30 und 40 Jahren.

Kontakt: Christian Frei, t. +41 71 227 24 41
christian.frei@pms-schoenenberger.com



PMS SCHÖNENBERGER AG
ST.GALLEN | ZÜRICH | MÜNCHEN
www.pms-schoenenberger.com

Vos rendez-vous en 2013

Pour vous aider à planifier vos rendez-vous, voici les principales manifestations importantes pour la branche de la droguerie prévues en 2013.

ASSOCIATION SUISSE DES DROGUISTES (ASD)

17.4	Conférence des présidents séance de printemps
Juin	Lancement de la série de cours «Acné, stress et peines de cœur»
11.9	Conférence des présidents séance d'automne
15.11	Assemblée des délégués

ÉCOLE SUPÉRIEURE DE DROGUERIE (ESD)

14.3	Journée de discussion pour répondre aux questions relatives aux matières de l'examen d'admission à l'ESD
27.3	Examen d'admission pour le cycle 2013 – 2015
4.7	Cérémonie de remise des diplômes au château de Neuchâtel
19.8	Début du cycle 2013 – 2015
22 – 25.9	Forum de formation à l'ESD: «Les messagers de l'organisme»
4.11	Journée d'information sur l'examen d'admission pour le cycle 2014 – 2016

RENCONTRES DE SPÉCIALISTES

9 – 10.4	3. Corporate Health Convention, Congrès spécialisé dans la promotion de la santé en entreprise et la démographie, Foire de Zurich, *www.corporate-health-convention.ch*
14 – 16.5	Vitafood International, Exposition et congrès pour les ingrédients nutraceutiques et prestations annexes, Palexpo Genève, *www.vitafoods.eu.com*
18 – 20.8	Ornaris, Salon tendances et nouveautés, BernExpo, *www.ornaris.ch*
18 – 21.9	Expopharm, Foire professionnelle pour les produits pharmaceutiques, Düsseldorf, *www.expopharm.de*
28 – 30.9	Vista Expo, Bern, *www.vistaexpo.ch*
Octobre	IFAS, Salon spécialisé du marché de la santé, Foire de Zurich, *www.ifas-messe.ch messe.ch*
5 – 9.10	Anuga, Foire spécialisée pour l'alimentation, la technologie, produits et tendances, Cologne, *www.anuga.de*
25 – 27.10	Intersana, principale foire internationale sur la santé dans l'espace germanophone Augsburg, *www.intersana.de*
Novembre	IFAS Romandie, Salon du marché de la santé, Beaulieu Lausanne, *www.ifas-expo.ch*

De fil en aiguille

Ce que des membres de la branche de la droguerie ont toujours voulu demander à d'autres personnalités. La règle du jeu: la personne interrogée qui répond ouvertement peut poser une question à une autre personnalité.

A question précise...

Comment l'ESD prépare-t-elle les droguistes aux modifications qui seront introduites par la révision de la loi sur les produits thérapeutiques LPTh? Comment développer en particulier les compétences indispensables exigées par l'accès élargi aux médicaments, l'agrandissement de l'assortiment dans les drogueries. Où tracez-vous la frontière avec les grands distributeurs, qui entrevoient eux aussi une chance d'agrandir leur offre de médicaments? Et quel rôle la droguerie doit-elle/peut-elle jouer dans le domaine des médecines complémentaires et de l'automédication?
Jürg Schnetzer, directeur Swissmedic

... réponse directe

«Les principes actifs des médicaments non soumis à ordonnance sont étudiés dans le cadre des cours de pharmacologie à l'ESD. Cette étude ne se limite pas aux effets, aux indications et aux contre-indications des médicaments; on accorde aussi une attention toute particulière aux interactions entre les médicaments. Notons que ce concept est présent déjà dans la formation initiale, puisque les principes actifs des catégories C et D font partie de la matière d'enseignement au niveau de l'école professionnelle. Cette stratégie a été volontairement renforcée encore depuis l'introduction de la nouvelle ordonnance sur la formation en été 2011. La formation étendue et approfondie en pharmacologie, phytothérapie, médecine empirique, ainsi que l'enseignement des fondements des sciences naturelles permet aux droguistes de remettre tous les médicaments non soumis à ordonnance avec un sérieux travail de conseil et une sécurité élevée pour les patients. Ces exigences pointues ne doivent pas obligatoirement être coûteuses pour la société, comme le démontre l'automédication qui permet d'inhiber l'augmentation des coûts de la santé. Mais le débat sur les prix ne doit en aucun cas occulter la question de la sécurité. Les conseils spécialisés en matière d'automédication jouent donc un rôle clé pour garantir la sécurité des médicaments à un prix raisonnable. Cela exige des compétences spécialisées de haut niveau, qui font défaut dans la vente en libre service au niveau des grands distributeurs.» *Bernhard Kunz, vice-président de l'Association suisse des droguistes, responsable formation et perfectionnement*

Et la suite

La prochaine question s'adresse à David Pestalozzi, Biostrath SA. Bernhard Kunz lui demande:
La branche de la droguerie est confrontée à une certaine érosion de l'assortiment des produits. Les spécialités qui ne sont pas classées parmi les médicaments sont de plus en plus nombreuses à tomber dans l'escarcelle des grands distributeurs. Votre fidélité au commerce spécialisé en est d'autant plus appréciée. Notre branche pourra-t-elle continuer à s'appuyer sur cette fidélité et dans quelle mesure est-elle corrélée à la qualité de la formation du personnel spécialisé?
La réponse de David Pestalozzi paraîtra dans l'édition de mai 2013 de *d-inside*.


Ligue suisse
contre le rhumatisme
Notre action – votre mobilité